

PENGARUH METODE PEMBELAJARAN INKLUSI TERHADAP HASIL BELAJAR *FORWARD ROLL* PADA PESERTA DIDIK SMPN 3

Benny Wood, Andika Triansyah, Fitriana Puspa Hidasari

Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP Untan Pontianak

Email : bennywood21@gmail.com

Abstract

The problem in this research is "whether there is influence of inclusive learning method to learning result of forward roll roll gymnastics. The purpose of this study is to determine the effect of inclusion learning methods on the learning results of forward roll roll gymnastics. The population in this study amounted to 227 people. Sampling using purposive sampling technique is the determination of samples with certain considerations which amounted to 58 people. The method used is experiment with pre-experimental design. Data analysis through IBM SPSS 21 t test. Data analysis was done by t-test analysis, but beforehand was done normality and homogeneity test. Normally distributed data with pretest significance of 0.170 and posttest 0.062 with each indicator greater than 0.050. Based on the result of the influence of inclusion learning method toward the forward roll roll gymnastics learning is known the mean pretest level 49,76 and posttest 86,48, with percentage of increase 36,72. This means that the influence of the inclusion learning method on the forward roll roll gymnastics learning result has increased.

Keywords: Inclusion, Forward Roll.

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah proses terus menerus dari penyesuaian yang lebih tinggi bagi manusia yang telah berkembang secara fisik dan mental, yang bebas dan sadar kepada Tuhan. Pendidikan dapat terus berlangsung selama manusia itu hidup. Hakekatnya pendidikan itu merupakan suatu proses yang terus berlangsung secara terus menerus dalam situasi lingkungan yang berbeda. Perbedaan itu pada akhirnya akan memberikan pengaruh pada tingkah laku dan pengembangan diri dan kepribadian seseorang, dengan kata lain bahwa proses perkembangan diri dan kepribadian seseorang dipengaruhi oleh situasi atau lingkungan pendidikan yang ada disekitarnya. Redja Mudyahardjo (2001: 12), berpendapat bahwa “ tujuan pendidikan merupakan perpaduan tujuan-tujuan

pendidikan yang bersifat pengembangan kemampuan-kemampuan pribadi secara optimal dengan tujuan-tujuan sosial yang bersifat manusia seutuhnya yang dapat memainkan peranannya sebagai warga dalam berbagai lingkungan persekutuan hidup dalam kelompok sosial”.

Pendidikan jasmani bukan untuk mendapat prestasi atau kompetisi, namun pendidikan jasmani dilaksanakan untuk meningkatkan kualitas gerak yang meliputi motorik halus maupun motorik kasar. Motorik halus berkaitan dengan kemampuan peserta didik untuk melakukan aktifitas seperti menulis, melukis atau memegang alat tulis. Sedangkan motorik kasar adalah aktifitas gerak yang berkaitan dengan melompat, berlari, menendang, berjalan dan sebagainya. Seperti yang dikemukakan oleh Dini Rosdiani (2013: 138), bahwa “

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui aktifitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan”.

Gaya mengajar inklusi dikembangkan berdasar konsep belajar yang berpusat pada peserta didik dan kurikulum yang dikembangkan sesuai dengan kebutuhan perorangan serta peserta didik memperoleh kesempatan untuk belajar sesuai dengan tempo dan kemampuan masing-masing (Rusli Lutan, 2000:15). Lebih lanjut dijelaskan sebagai gambaran langkah pengembangan dan penerapan gaya ini yaitu; 1). diagnosis pengukuran atau pengetesan dilaksanakan untuk menentukan taraf pengetahuan atau keterampilan, 2). penentuan paket tugas yaitu setiap peserta didik memperoleh paket tugas berdasarkan tingkat pengetahuan dan keterampilan, 3). pengembangan peserta didik berdasarkan paket tugas hingga berhasil melaksanakan tugas itu. Penilaian atau tes secara mandiri juga disediakan sehingga peserta didik dapat mengetahui kemajuannya sendiri, 4). evaluasi yaitu siswa dievaluasi setelah pembelajaran berakhir, 5). pengukuhan yaitu bila peserta didik menyelesaikan tugas dengan baik, selanjutnya guru memberi unsur pengukuhan berupa penghargaan atau pujian.

Berdasarkan hasil observasi dengan guru olahraga di sekolah proses pembelajaran materi senam lantai *forward roll* di SMP Negeri 3 Sungai Raya menunjukkan bahwa selama pembelajaran senam lantai yang dilakukan, peserta didik belum bisa melakukan gerakan dengan benar, masih banyak yang tidak berguling ke depan, sulit untuk menolakkan kaki, penempatan posisi tangan saat berguling, dimana posisi jatuh badan langsung bertumpu pada matras, dan posisi kepala masih tegak, bahkan ada juga peserta didik yang tidak tau sama sekali tentang gerak *forward roll*, hal ini dibuktikan selama proses pembelajaran berlangsung, dalam keadaan seperti ini pasti akan melahirkan gambaran bahwa pelajaran senam itu membosankan karena kurangnya variasi

dalam penyajian pembelajaran senam lantai. Pembelajaran senam lantai *forward roll* apabila belajarnya menuntut kesempurnaan, maka tidak akan bisa mendapatkan hasil belajar yang efektif.

Peranan peserta didik adalah mencoba melakukan gerakan untuk setiap tingkatan kesulitan. peserta didik dapat memilih gerakan yang mereka anggap mampu. Siswa dapat melanjutkan aktivitasnya pada level yang lebih sukar apabila dianggap mampu, Sementara itu peranan guru adalah mempersiapkan tugas gerak yang dilakukan peserta didik dan menentukan tingkat kesukaran didalam tugas. Guru harus mempersiapkan kriteria untuk masing-masing tahapan tugas sesuai dengan uraian di atas penulis tertarik untuk mengangkat penelitian ini dengan judul” Pengaruh Metode Pembelajaran Inklusi Terhadap Hasil Belajar Senam Lantai *forward roll* pada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 3 Sungai Raya”.

Menurut Yudha M. Saputra (2013: 54) Gaya pembelajaran inklusi adalah suatu gaya pembelajaran yang digunakan oleh guru, dengan cara menyajikan materi pembelajaran secara rinci dan menawarkan tingkat-tingkat kesulitan yang berbeda secara berurutan, yang bertujuan agar siswa kreatif dan mendapatkan kemudahan dalam mempelajari suatu keterampilan gerak, juga siswa diberi kebebasan untuk memilih dan menentukan pada tingkat kesulitan mana? untuk memulai belajar suatu gerakan. Serta diberi kebebasan dan keleluasaan pula untuk menentukan berapa kali siswa harus mengulangi gerakan, dalam mempelajari suatu teknik gerakan dalam setiap pertemuan. Menurut Rusli Lutan (2002: 102) Gaya pembelajaran inklusi adalah gaya mengajar dengan memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan gerakan sesuai dengan tingkat kesulitan gerak.

Menurut Sayuti Sahara (2000: 10) “Senam dengan istilah lain disebut *Gymnastic* dari asal kata Yunani purba *gymnos* yang berarti telanjang, karena pada zaman itu orang-orang melakukan olahraga tidak berpakaian. Kemudian *Gymnastic*

berarti gerak badan atau olahraga baik untuk kesegaran jasmani maupun untuk mencapai prestasi yang setinggi-tingginya". Menurut Feri Kurniawan, (2011: 52), "Senam merupakan suatu cabang olahraga yang melibatkan performa gerakan yang membutuhkan kekuatan, kecepatan dan keserasian gerakan yang membutuhkan kekuatan, kecepatan dan keserasian gerakan fisik yang teratur". Tujuan dari senam adalah untuk mendapatkan kekuatan dan keindahan jasmani (Ade Husnul, 2011: 3).

Senam lantai pada umumnya disebut dengan *floor Exercise*, tetapi ada juga yang menanamkan tumbling. Senam lantai adalah latihan senam yang dilakukan pada matras, unsur-unsur gerakannya terdiri dari mengguling, melompat, meloncat, berputar di udara, menumpu dengan tangan atau kaki untuk mempertahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat ke depan atau ke belakang (Agus Margono 2009 : 79). Bentuk latihannya juga merupakan gerak dasar dari senam perkakas (alat). Dalam mempelajari senam, seseorang tidak bisa langsung belajar atau berlatih gerakan-gerakan yang mempunyai tingkat kesulitan yang tinggi. Untuk itu belajar atau berlatih senam harus diawali dari dasar atau tingkat yang mudah, baru kemudian semakin meningkat ke arah gerakan yang sukar (tingkat kesulitan tinggi).

Dalam penelitian yang akan dilakukan, dari berbagai macam senam maka penulis menspesifikasikan bentuk senam yang akan dilakukan adalah *forward roll* atau guling ke depan. Gerakan guling depan (*forward roll*) adalah gerakan mengguling atau menggelinding ke depan membulat. Jadi, dalam gerakan guling depan, gerakan tubuh harus dibulatkan. Aktivitas guling depan dapat terbagi atas dua bagian, yaitu guling depan dan sikap awal jongkok dan guling depan dengan sikap awal berdiri.

Menurut Husdarta dan Saputra (2013: 2), belajar adalah proses perubahan tingkah laku sebagai akibat adanya interaksi antara individu dengan lingkungannya. Sedangkan menurut Budiningsih (2005: 20), belajar adalah perubahan tingkah laku sebagai

akibat dari adanya interaksi antara stimulus dan respon. Dengan kata lain, belajar merupakan bentuk perubahan yang dialami siswa dalam hal kemampuannya untuk bertingkah laku dengan cara yang baru sebagai hasil interaksi antara stimulus dan respon.

Djamarah dan Zain (2010: 105), menyatakan "suatu proses belajar mengajar tentang suatu bahan pengajaran dinyatakan berhasil apabila tujuan instruksional khusus (TIK)-nya dapat tercapai. Jadi, untuk mengetahui tingkat keberhasilan peserta didik, guru harus memberikan atau mengadakan suatu tes yang dapat dilakukan setelah adanya suatu proses belajar mengajar atau penyajian materi yang diberikan kepada peserta didiknya.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik melakukan penelitian mengenai " pengaruh metode bermain terhadap hasil passing bola futsal pada ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 03 Pontianak.

Belajar merupakan suatu proses yang bertujuan untuk mencerdaskan peserta didik. Maksud dari hal ini adalah hasil dari belajar mengajar akan memperoleh hasil yang dicapai yakni terjadinya perubahan diri pada peserta didik, pembelajaran pendidikan jasmani merupakan pembelajaran pengayaan gerakan dan kemampuan yang merupakan dari banyak cabang olahraga.

Hasil belajar yang ingi dicapai dalam pembelajaran senam lantai *forward roll* ini adalah perubahan gerak serta keterampilan gerak yang sesuai dengan metode gerak senam lantai.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Metode penelitian eksperimen dilakukan pada kondisi yang alamiah. Dalam penelitian eksperimen ada perlakuan (*treatment*), sedangkan dalam penelitian naturalistik tidak ada perlakuan. (Sugiyono 2014:107) metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh

perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa metode penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang menyelidiki kemungkinan hubungan sebab akibat. Maka dengan metode eksperimen, penelitian ini bermaksud untuk mengungkapkan ada tidaknya pengaruh penggunaan metode pembelajaran inklusi terhadap hasil belajar senam lantai *forward roll* pada peserta didik siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Sungai Raya.

Berdasarkan empat bentuk penelitian di atas, maka bentuk penelitian yang peneliti gunakan dalam penelitiannya ini adalah *pre experimental design*. Menurut Sugiyono (2012: 74) dikatakan *pre experimental*, penelitian dimana masih dapat variabel luar ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel *dependen* bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel *independen*. Hal ini dapat terjadi karena tidaknya variabel kontrol dan sampel tidak dipilih secara random. Menurut Sugiyono (2010: 110), "Bentuk *Pre Eksperimental Design* ada beberapa macam yaitu: *One-shot Case Study*, *One-Grup Pretest-Posttest Design*, *One Grup Pretest Design*, dan *Intact-Group Comparison*.

Populasi terdiri atas sekumpulan obyek yang menjadi pusat perhatian, yang dari padanya terkandung informasi yang ingin diketahui. Menurut Mahmud (2011: 154), menjelaskan bahwa "Populasi adalah himpunan keseluruhan karakteristik dari objek yang diteliti". Adapun Ahmad Tanzeh dan Suyitno (2006: 51), "menerangkan bahwa "Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek dan subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik kesimpulan". Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa populasi merupakan jumlah keseluruhan dari satuan-satuan atau individu-individu yang karakteristiknya hendak diduga, jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga objek atau benda-benda alam yang lain. Populasi bukan hanya

sekedar jumlah yang ada pada objek atau subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek dan objek. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya tahun 2016/2017 yang terdiri dari 7 kelas, dengan jumlah 227 peserta didik (Tata usaha Smp Negeri 3 Sungai Raya).

Sugiyono (2014: 118), mengatakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel dapat didefinisikan sebagian anggota populasi yang dipilih dengan menggunakan prosedur tertentu sehingga diharapkan dapat mewakili populasi. Supangat (2007: 4), menyatakan bahwa sampel adalah bagian dari populasi, untuk dijadikan sebagai bahan penelaahan dengan harapan contoh yang diambil dari populasi dapat mewakili terhadap populasinya. Sama halnya dengan pendapat Ahmad Tazen dan Suyitno (2006: 52), bahwa "Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut". Dari pengertian yang dimaksud dengan sampel dalam penelitian ini adalah sebagian individu yang mempunyai sifat yang sama untuk diselidiki dan dapat diwakili seluruh populasi. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. *Proposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono 2010: 124).

Teknik pengumpulan data merupakan langkah penting untuk melakukan penelitian karena tanpa pengumpulan data yang benar belum tentu bisa menghasilkan data yang valid dan reliabel (Sugiyono 2009: 137).

Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi / tes unjuk kerja yakni tes *forward roll*. Tahapan tes yang dilakukan dalam penelitian ini adalah antara lain:

Pre-test dilakukan untuk mengetahui kemampuan awal yang telah dimiliki peserta didik mengenai senam lantai *forward roll*, *pre-test* disini diberikan untuk mendapatkan data awal sebelum diberi perilaku.

Perilaku yang diberikan adalah proses pembelajaran senam lantai *forward roll* menggunakan metode pendekatan bermain. *forward roll* mengacu pada Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Oleh karena penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dalam pembelajaran, maka disesuaikan dengan tujuan dari pembelajaran tersebut.

Menurut Djamarah dan Zain (2010: 105), “suatu proses belajar mengajar tentang bahan pengajaran dinyatakan berhasil apabila tujuan intruksional khusus (TIK)-nya dapat tercapai”. Maka dari itu, penulis menghentikan penelitian apabila sudah ada pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan peserta didik dalam melakukan teknik senam lantai *forward roll*.

Adapun penilaian keterampilan melakukan gerakan *forward roll* adalah sebagai berikut : peserta didik melakukan gerakan *forward roll* dengan beberapa kali kesempatan pada alokasi waktu yang ditentukan. *Pre-test* dan *Post-test* dilakukan, dimana subjek *forward roll* sesuai dengan tahapan atau prosedur yang benar.

Alat pengumpul data yang digunakan berupa lembar penilaian (cek list) yang mengacu pada instrumen penelitian serta pengamatan langsung pada saat proses pembelajaran menggunakan metode Inklusi.

Instrumen merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (sugiyono 2013: 102). Dalam penelitian ini, kualitas instrumen penelitian berkenaan dengan validitas dan reliabilitas instrumen serta kualitas pengumpulan data yang berkenaan dengan ketepatan cara-cara yang digunakan

untuk mengumpulkan data. Instrumen dalam penelitian ini berupa tes. Menurut Mahmud (2011:185), “Tes adalah rangkain pertanyaan atau alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, intelegensi atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok”. Sedangkan Saifuddin Azwar (2010: 3), mengemukakan bahwa” Tes adalah suatu pengukuran yang objektif dan standar terhadap sampel perilaku.

Uji normalitas menggunakan rumus *kolmogrov-smirnov* dengan program IBM SPSS *statistics* 21. Nilai $p > 0.05$ menyatakan data berdistribusi normal. Kemudian dilanjutkan Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui kesamaan variansi atau menguji bahwa data yang diperoleh berasal dari populasi yang homogen. Dalam uji ini menggunakan *anova homogeneity variances*. Nilai $p > 0,05$ menyatakan bahwa data *varians* homogen. Kemudian dilanjutkan dengan Uji hipotesis, jika data terbukti normal dan homogen maka akan dilanjutkan analisis menggunakan uji *paired t-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Pelaksanaan dalam penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 03 Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya. Tujuan dalam pelaksanaan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar senam lantai *forward roll*.

Deskripsi Data Penelitian

Adapun deskripsi hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada tabel 4.1 sebagai berikut:

Tabel 1 Deskripsi Data *Pretest* dan *Posttest*

Kriteria Penilaian	Jumlah Nilai Pretest	Persentase	Jumlah Nilai Posttest	Persentase
Sangat Baik	0	0%	37	63.7%
Baik	0	0%	18	31%
Cukup	0	0%	3	5,10%
Kurang	58	100%	0	0%
Rata-rata	49,75		86,48	

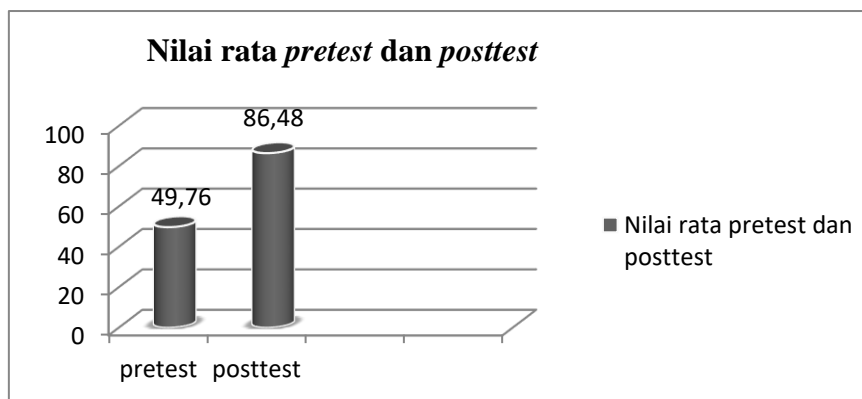
Simpangan baku	8,31	7,78
Skor maksimal	68	100
Skor minimal	36	71

Berdasarkan tabel 1 terlihat terlihat deskripsi hasil *pretest* dengan kreteria nilai sangat baik adalah 0 dengan persentase 0%, nilai baik adalah 0 dengan persentase 0%, nilai cukup adalah 0 dengan persentase 0%, nilai kurang adalah 58 dengan persentase 100%, dan dengan nilai rata-rata 49,75, nilai tertinggi yang didapat sebesar 68, nilai terendah sebesar 36, simpangan baku sebesar 8,31. sedangkan deskripsi nilai *posttest* dengan kreteria nilai sangat baik sebesar 63,7%, baik sebesar 31%, cukup

sebesar 5,10%, kurang sebesar 0%, dan dengan nilai rata-rata 86,48, nilai tertinggi yang didapat sebesar 100, nilai terendah sebesar 71, simpangan baku sebesar 7,78.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif data *pretest* dan *posttest* pada tabel 4.1 dan 4.2 maka didapat hasil rata-rata belajar senam lantai *forward roll* peserta didik pada *pretest* adalah 49,76, sedangkan pada *posttest* adalah 86,48. Adapun grafik histogram

hasil rata-rata *pretest* dan *posttest* dapat digambarkan sebagai berikut :



Grafik Nilai Pretest dan Posttest

Analisis Data Penelitian

Syarat sebelum menguji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan pengujian prasyarat analisis. Adapun pengujian prasyarat analisis dilakukan dengan :

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya data dalam

penelitian. Uji normalitas dilakukan dengan melihat perbandingan nilai signifikansi dari setiap variabel yang tertera dalam kolom *kolmogorov-smirnov* menggunakan SPSS versi 21. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, maka didapatkan hasil pada tabel 2 sebagai berikut :

Tabel 2 Hasil Uji Normalitas

Kegiatan	Signifikansi	Keterangan
<i>Pretest</i>	0,170>0,05	Normal
<i>Posttest</i>	0,062>0,05	Normal

Sumber: Pengolahan data

Berdasarkan hasil tabel 2 tersebut terlihat nilai signifikansi dengan nilai *pretests* sebesar 0,170 dan nilai *posttest*

sebesar 0,062 maka artinya tiap indikator lebih besar dari 0,050, dan dapat

disimpulkan data tersebut berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui homogen atau tidaknya data dalam penelitian. Uji homogenitas dilakukan

dengan melihat perbandingan nilai signifikansi dari setiap variabel yang tertera dalam kolom *signifikan tes of homogeneity* menggunakan SPSS versi 21. Adapun hasil uji homogenitas yang telah dilakukan dapat dilihat pada tabel 3 sebagai berikut :

Tabel 3 Hasil Uji Homogenitas *Pretest-Posttest*

Kegiatan	Signifikansi	Keterangan
Senam lantai <i>forward roll</i>	0,493>0,05	Homogen

Sumber: Pengolahan data

Berdasarkan hasil tabel 3 tersebut terlihat nilai signifikansi tiap variabel yaitu nilai *pretest* dan *posttest* pada kelas eksperimen sebesar 0,493 lebih besar dari 0,050, maka dapat disimpulkan data tersebut berdistribusi homogen.

c. Uji Pengaruh

Adapun uji pengaruh yang dilakukan apakah hipotesis yang diajukan diterima atau ditolak yaitu dengan menggunakan analisis *uji-t*. Berdasarkan hasil penghitungan melalui pengaplikasian rumus *uji-t* didapatkan data pada tabel 4 berikut ini :

Tabel 4 Hasil Uji-t antara *Pretest* dan *Posttest*

Uraian	Rata-rata	Selisih Nilai Mean	Db	Sig value	Ket
<i>Pretest</i>	49,76	36,72	57	0,000	Sig
<i>Posttest</i>	86,48				

Sumber: Pengolahan Data

Berdasarkan data pada tabel 4 maka terlihat bahwa terjadi perubahan nilai sesudah. Pada kelas eksperimen terlihat bahwa terjadi perubahan dengan selisih nilai mean pada *pretest* dan *posttest* sebesar 36,72 dengan nilai *p value* 0,00 <0,05 maka H_0 ditolak (H_a diterima) artinya ada peningkatan yang signifikan terhadap hasil belajar senam lantai *forward roll* pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 03 Sungai Raya Kubu Raya.

Pembahasan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan bentuk penelitian *pre experiment* untuk mengetahui pengaruh metode pembelajaran inklusi terhadap hasil belajar senam lantai *forward roll* yang dilakukan pada peserta didik kelas VIII SMPN 03 Sungai Raya. Pembelajaran inklusi yang dimaksud adalah dimana peserta didik melakukan gerakan dengan

tahapan gerak yang lebih mudah terlebih dahulu sehingga untuk melakukan gerakan *forward roll* yang sebenarnya, peserta didik tidak merasa takut dalam melakukan gerakan, melalui gaya mengajar ini, peserta didik dapat serius dalam melaksanakan pembelajaran yang diberikan oleh guru, dengan gaya mengajar inklusi ini dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik terhadap materi *forward roll*.

Adapun manfaat pembelajaran inklusi sebagai berikut : 1) Peserta didik memiliki pemahaman yang baik terhadap perbedaan, 2) Untuk perkembangan aspek motorik kasar dan motorik halus, 3) Untuk perkembangan aspek sosial, 4) Timbulnya budaya kooperatif dan kolaboratif pada peserta didik.

Pada penelitian ini proses pembelajaran atau *treatment* dilakukan dengan pembelajaran di pagi hari dan disesuaikan dengan jam pelajaran pendidikan jasmani

olahraga dan kesehatan sebanyak 5 (lima) kali pertemuan, yaitu dengan *frekuensi* satu minggu satu kali pertemuan dan disetiap pertemuan diadakanlah evaluasi, hal ini dikarenakan peserta didik akan menghadapi ulangan umum dan libur semester. Maka dari itu, pada pertemuan ke enam, penelitian melihat perkembangan peserta didik cukup signifikan, lalu dilakukan tes akhir (*posttest*). Tes akhir dilakukan bertujuan untuk membandingkan kemampuan dasar dan kemampuan akhir setelah pembelajaran.

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis uji normalitas, uji homogen, dan uji pengaruh atau uji t dapat disimpulkan bahwa uji normalitas *pretest* dan *posttest* yaitu *pretest* 0,170 lebih besar dari 0,05 sedangkan *posttest* yaitu 0,62 lebih besar dari 0,05. maka data *pretest* dan *posttest* dikatakan normal. sedangkan uji homogenitas dilihat dari nilai signifikan *pretest* dan *posttest*. setelah melakukan uji homogenitas dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 21, ternyata hasilnya signifikan dengan nilai 0,428 lebih besar dari 0,05 dikatakan homogen, selanjutnya uji t untuk pembelajaran *forward roll* senam lantai memiliki nilai $p\text{ value} = 0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak (H_a diterima), artinya terdapat peningkatan yang signifikan dari kegiatan *pretest* dan *posttest* karena pengaruh metode pembelajaran inklusi terhadap hasil belajar senam lantai *forward roll* pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 03 Sungai Raya.

Namun, ada beberapa hal yang menjadi kendala dalam penelitian ini yaitu guru harus mampu menciptakan situasi yang menggembirakan dalam proses pembelajaran sehingga peserta didik tidak merasa bosan, kurangnya komunikasi peneliti dengan guru mata pelajaran yang mengajar sekaligus yang memberikan perlakuan terhadap peserta didik dan kendala terakhir yaitu sarana dan prasarana yang digunakan tidak begitu mendukung sehingga menghambat proses pembelajaran atau proses perlakuan meskipun demikian peneliti dan guru dapat mengatasi masalah tersebut. Sehingga penelitian dapat berjalan dengan baik.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan penelitian dan analisis data yang telah dilaksanakan serta hasil yang diperoleh. Adapun kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan baik test awal maupun test akhir sebagai hasil dari penelitian, maka didapat bahwa pada test awal sebelum diberi perlakuan melalui pembelajaran, rata-rata hasil belajar *dribbling* sepak bola pada siswi kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya, yaitu rata-rata test awal 49,76 dan test rata-rata test akhir 86,48 dengan persentase peningkatan adalah sebesar 42,47%. Berdasarkan data tersebut adanya pengaruh Metode Pembelajaran Inklusi Terhadap Hasil Belajar Senam Lantai *Forward Roll* Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Raya.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 03 Sungai Raya, penelitian ingin memberikan beberapa saran sebagai berikut: (1) Metode pembelajaran inklusi dalam senam lantai *forward roll* secara kreativitas, inisiatif dan dalam pendekatan guru untuk menciptakan kegiatan belajar mengajar yang beraneka ragam dan menyenangkan, sehingga peserta didik responsif, guna pendidikan penjas agar dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan mutu pembelajaran khususnya dibidang olahraga. (2) Untuk mengoptimalkan secara maksimal selain dengan metode pembelajaran yang dirancang proses pemberian motivasi pada peserta didik juga memiliki peran penting, maka upaya ini juga harus diupayakan agar kemampuan tersebut baik dalam aspek *afektif*, *kognitif*, maupun *psikomotor*. (3) Peran guru sangat menentukan hasil belajar peserta didik baik kerjasama maupun rasa tanggung jawab siswi tersebut. Oleh karena itu diharapkan guru agar dapat memberikan metode pembelajaran yang sesuai dengan karakter peserta didik dan dapat dijadikan acuan dalam proses pembelajaran senam lantai khususnya *forward roll*.

DAFTAR RUJUKAN

- Azwar, Syaifudin. 2010. *Tes Prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Budiningsih, Asri. 2005. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Djamarah dan Zain. 2010. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Husdarta dan Saputra. 2013. *Manajemen dan Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Husnul, Ade. 2011. *Bergembira Melakukan Senam Irama*. Jakarta: Wadah Ilmu.
- Kurniawan, Feri. 2011. *Buku Pintar Olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara.
- Mahmud. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Margono, Agus. 2009. *Senam*. Surakarta: UNS Press.
- Mudjiono, dan Dimyati. 2013. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Lutan, Rusli. 2000. *Hasas-hasas Pendidikan Jasmani*. Jakarta: C-10 ISBN 97966-III-X.
- Lutan, Rusli. 2002. *Hasas-hasas Pendidikan Jasmani*. Jakarta: C-10 ISBN 97966-IV-X.
- Rosdiani, Dini dan Husdarta, JS. 2013. *Perencanaan dan pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Sahara, Sayuti. 2000. *Senam Gymnastic*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offside.
- Saputra, Yudha. 2013. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supangat. 2007. *Dasar-Dasar Metode Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Tanzah, Ahmad dan Suyitno. 2006. *Dasar-Dasar Penelitian*. Surabaya: Elkaf.